

DEPRESSION

Unter Depression versteht man eine **psychische Störung**, die durch einen **episodischen Krankheitsverlauf** gekennzeichnet ist. Betroffene zeigen eine stark gedrückte Stimmung, Interessenlosigkeit, Freudlosigkeit und haben eine deutlich **eingeschränkte Aktivität**. Die Betroffenen werden **passiv** und sind nicht in der Lage, einfachste Alltagsaktivitäten zu verrichten. Die Depression ist die am häufigsten auftretende psychische Erkrankung. Man geht davon aus, dass über 10 % der Menschen im Laufe ihres Lebens eine therapiebedürftige Depression entwickeln, wobei Frauen häufiger erkranken als Männer.

LEITSYMPTOME

- Freudlosigkeit oder tiefe Niedergeschlagenheit kontinuierlich über mind. 14 Tage
- Nachlassendes Interesse am sozialen und beruflichen Umfeld
- Ständige Kraftlosigkeit und Antriebslosigkeit/ Gefühl der Ohnmacht
- Suizidgedanken
- Appetitlosigkeit
- Zukunftsängste
- Schlafstörungen und ausgeprägte Tagesmüdigkeit
- Kopfschmerzen und/oder Schmerzen im ganzen Körper

URSACHEN UND PATHOGENESE

- Multikausal
- Genetische Disposition
- Anhaltender Stress
- Trauma oder Verlusterlebnis
- Psychosoziale oder biologische Veränderung
- Einsamkeit
- Lichtmangel
- Chronische Erkrankungen wie Diabetes, Demenz, Herzinfarkt, etc.
- Verschiebungen im Trp-Metabolismus
→ Serotoninmangel, Quinolinsäureanstieg

THERAPIE

- **Tryptophan- und Katecholaminmetabolismus regulieren (je nach Befund) z. B.**
 - Aminosäuren (Trp, Phe, Tyr)
 - Melatonin
 - Griffonia, Curcumin, Quercetin, Indol-3-Carbinol, Passionsblume
- **Nährstoffmängel ausgleichen**
 - Cofaktoren in Form von Vitamin B1, B3, B6, B9, B12, D
 - Cofaktoren in Form von Magnesium, Selen, Zink, Kupfer, ...
- **Methylgruppendonatoren v. a. SAM**
- **Entzündungen und ROS beseitigen**
 - Omega-3-FS, Vit C, Vit E
- **Mitochondriale Dysfunktionen und RNS behandeln**
 - U. a. Coenzym Q10, NADH, B12
- **Zusätzl. (Phyto-)Therapeutika wie Ashwagandha, Melisse, L-Theanin, Taurin**
- **Schulmedizinische Ansätze**
 - Psychotherapie
 - Antidepressiva
 - Physikalische Maßnahmen, z. B. Lichttherapie
- **Weitere allg. Ansätze**
 - Ausgewogene Ernährung mit viel Fisch, Obst und Gemüse
 - Alkohol, Nicotin, Coffein und Einfachzucker reduzieren oder ganz meiden
 - Stressreduktion
 - Schlafhygiene
 - Regelmäßige körperliche Aktivität

DEPRESSIONS-DIAGNOSTIK

LASSEN SIE
FOLGENDES
UNTERSUCHEN

SF600A DEPRESSION BASIS-PROFIL

Material: T928

Katecholaminstoffwechsel

- Dopamin, Noradrenalin, Adrenalin + Vorstufen (Phe, Tyr)

Tryptophanstoffwechsel

- Trp, Serotonin
- Wichtige Metabolite und Enzyme

Relevante Cofaktoren

- Vitamine B3, B6 (Cystathionin), B12 (MMA)
- BH4 (Tetrahydrobiopterin)

Methylierungsfähigkeit

- Methylgruppendonatoren (SAM, Betain, Cholin)
- Methylierungsaktivität (SAM/SAH)

Mitochondrienfunktion (Screen)

- Laktat, Pyruvat + Ratio
- Citrat, Suberinsäure
- NO-Bildung (Citrullin)
- Fettsäureverbrennung (L-Carnitin)

Immunaktivierung/Entzündung

- Neopterin

Intestinale Einflussfaktoren (Inflammation)

- TMA, TMAO, Cholin, Betain
- Bakterielle urämische Metabolite

SF600C DEPRESSION KOMPLETT-PROFIL

Material: T923, T928, TBio1, 2EDTA, Hep, S

Enthält zusätzlich zum Midi-Profil:

Weitere Neurotransmitter

- GABA, Glutamat

Hypothalamus-Hypophysen-NNR-Achse

- Cortisol-Tagesprofil

ERGÄNZUNGEN

Bei V. a. Nahrungsmittelunverträglichkeiten

- C044 VorScreen B
- B180 Weizenkeimagglutininreaktion

Bei V. a. genetische Disposition (nur für Ärzte)

- H530 Depressions-Genetik (beinhaltet: *TPH2, 5HTT/SERT, 5HTR2a, COMT* und *MAO-A*)

SF600B DEPRESSION MIDI-PROFIL

Material: T923, T928, 2EDTA, S, Hep

Enthält zusätzlich zum Basis-Profil:

Weitere Tryptophan-Metabolite

- Melatonin

Weitere Cofaktoren

- Vitamin B9 und D3
- Magnesium, Kupfer

Antioxidative Mineralien

- Zink, Selen

Mitochondrienfunktion (Screen)

- Coenzym Q10

Gefäßprotektive Faktoren

- Omega-3-Fettsäuren (EPA, DHA)

DIFFERENTIALDIAGNOSTIK

■ Müdigkeit

- Eisenmangel → G612 kleines Blutbild, Eisen, Transferrin + Transferrinsättigung
- Anämie → D160 großes Blutbild
- Schilddrüsenunterfunktion → F200 TSH, fT3, fT4

■ Reizdarmbeschwerden

- Siehe Reizdarmprofile SA710A, SA710B oder SA710C